3 gang menù vegetarisch

für alle die kein fleisch und fisch essen

von itala

ZUTATEN **FÜR 4 PERSONEN**

	crostata alla ratatouille
	gratin di cavolfiore souffle
	composta di frutta in rete di caramello
	teig
160 gr.	Mehl
80 gr	Butter in stck.
50 gr.	Parmesan gerieben
2	Eigelb
	fùllung
1	Aubergine frisch in wùrfeln
1	Zucchini in wùrfeln
1	Paprika gelb in wùrfeln
1	Tomate gewürfelt
1	Zwiebel in scheiben
1	Ei
50 gr.	Ricotta
1 dl	Sahne
1 EL	Parmesan gerieben
1 EL	Olivenöl extra vergine
	Oregano salz pfeffer
1 klein	Blumenkohl frisch
3 EL	Emmentaler gerieben
2 EL	Paniermehl
1 wùrfel	Gemüsebrühe
0,5 Blatt	Lorbeer
75 gr.	Butter
25 gr.	Mehl
3	Eigelb
3	Eiweiß
5 dl	Milch
1 EL	Zitronensaft
	Salz
	Pfefferkörner
2	Äpfel in stck.
2	Birnen in stck
1	Orange /Apfelsine in stck.
8	Pflaumen getrocknet
8	Aprikose getrocknet 1/2

40 gr.	Pistazien gemahlen
150 gr.	Zucker
80 gr.	Puderzucker
1 glàschen	Weißwein halbtrocken
	Butter

ZUBEREITUNG

1 da ich mit ganz viel geduld endlich geschafft habe meine tochter da vegan in vegetarisch zu wechseln wùrde mir doch ein bisschen zu bund das benehmen von ihr habe ich ihr heute dieses essen als ùberraschung vorbereitet.damit sie sehen kann das man auch schòne gerichte vorbereiten kann.auch die drei die hier waren hat es gefallen und geschmeckt

2 warte bitte auf die bilder letztes brauchte 1 woche irgendwann kommen sie. alle rezepte haben bilder. crostata mit gemùse: eine mulde in dem berg mehl drùcken und die butter eigelb parmesan und salz geben zu einen elastischen teig kneten.einen ball formen einwickeln im kùchentuch zwei std. ruhen lassen.die zwiebel im olivenòl andùnsten und das ganze gemùse

3 unterrùhren.6min. anbraten salzen pfeffern oregano beigeben und zur seite stellen. den teig ausrollen. eine backform (24cm.)ganz mit backpapier auslegen mit dem teig auslegen einen rand hoch ziehen.boden mit einer gabel einstechen und nochmal 30min. im kùhlschrank stellen.backofen auf 180°C vorheitzen. ei ricotta sahne unter dem gemùse rùhren den teig

4 damit fùllen mit parmesan bestreuen und 50 min. backen .schmeckt sehr gut warm nicht heiss. blumenkohl gratiniert: blumenkohlròschen in heissen salzwasser blan..... abgiessen und zur seite stellen.40 gr. butter schmelzen mehl unterrùhren langsam die milch beigeben kurz aufkochen.lorbeerblatt pfefferk.brùhwùrfel zerbròckelt salz unterrùhren und 10 min kòcheln

5 lassen.durch ein sieb sieben.eigelb unterrùhren und wenn nòtig nachsalzen.zum schluss zitronensaft beigeben.eiweiss steif schlagen und langsam von oben nach unten unter die sosse heben. eine auflaufform mit 10 gr. butter bestreichen mit der hàlfte von der sosse fùllen blumenkohl drauflegen rest der sosse drùbergeben. paniermehl mit emmental vermischen

6 und mit butterflòckchen da drùber verteilen.30 min. im vorgeheitzten backofen auf 200°C backen. auch dieses gericht isst man nicht zu heiss. dessert: als erstes schmelzen wir den zucker und formen ein gitter .wir nehmen eine glasschùssel und verteilen die flùssigkeit drùber mit pistazien bestreuen und kalt werden lassen. das obst in eine gebutterte backform legen

7 wein drùbergiessen mit der hàlfte vom puderzucker bestreuen und im backofen auf grillstufe 200°C 10 min grillen,rest vom puderzucker drùberstreuen und nochmal 10 mit im backofen schieben.auf ein servierteller mit dem caramell servieren kalt warm heiss jeder wie es ihm schmeckt .hier waren sie zufrieden.und ich habs geschafft.

ANZEIGE